

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa: “Terdapat perbedaan yang signifikan dalam ketepatan *shooting* menggunakan punggung kaki antara pemain depan dengan pemain tengah pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri Wilayah Kabupaten Sleman-DIY”.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang pendidikan jasmani, utamanya bagi pelaku olahraga sepakbola yaitu pelatih dan pemain.

1. Bagi pelatih, sebagai sarana untuk mengevaluasi keberhasilan dalam melatih sepakbola khususnya teknik *shooting*. Juga sebagai acuan bahwa *shooting* lebih diperlukan pemain depan daripada pemain tengah, karena sebagai seorang penyerang harus punya ego untuk dapat menciptakan peluang, dan mencetak gol, sementara bagi pemain tengah lebih bertugas sebagai pembagi bola dan pengatur jalannya permainan.
2. Bagi pemain, agar pemain depan mempelajari teknik *shooting* dengan baik guna mencetak gol sebanyak-banyaknya, sedangkan bagi pemain tengah, selain meningkatkan kemampuan passingnya juga harus meningkatkan kemampuan *shooting* karena sebetulnya dengan perubahan-perubahan strategi dalam permainan sepakbola pemain dalam posisi apapun berkesempatan mencetak gol.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Dari lima SMA Negeri yang berada di Wilayah Kabupaten Sleman Barat, penelitian ini hanya dilakukan di tiga sekolah karena kegiatan ekstrakurikuler sepakbola di sekolah lainnya tidak berjalan dengan baik.
2. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental responden pada waktu dilaksanakan tes.
3. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
4. Tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan waktu mengkonsumsi makanan responden sebelum dilakukan pengambilan data.

D. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Dilihat dari rata-rata kemampuan shooting pemain depan secara keseluruhan belum memenuhi sempurna, untuk itu pemain depan harus selalu berlatih untuk meningkatkan kemampuan *shooting* agar dapat menghasilkan gol.
2. Mengontrol aktivitas fisik dan konsumsi makanan subyek sebelum dilaksanakannya tes.

3. Dilakukan penelitian lanjut, dengan sampel yang lebih banyak.
4. Bagi pelatih ekstrakurikuler, SSB-SSB atau klub-klub sepakbola, agar memberikan materi shooting dengan intensitas lebih banyak bagi pemain depan agar dapat mencetak gol lebih banyak.